

HILARD

# LA NEWSLETTER

Lettre d'information de votre maison de quartier  
et du comité d'animation CALNO

MARS 2023

**DÉMOCRATIE LOCALE :** Rencontrez vos élus de quartier sur rdv au 02 43 49 46 28 ou par mail : [permanencesdequartier@laval.fr](mailto:permanencesdequartier@laval.fr)

## PERMANENCE

Marie-Laure LE MEE-CLAVREUL  
**Mercredi 8 mars de 9h à 11h**  
Maison de quartier d'Hilard



Permanence de Céline LOISEAU  
**Mercredi 22 mars de 16h30 à 18h**  
Maison de quartier d'Hilard



Permanence de Ludivine LEDUC  
**Samedi 25 mars de 10h à 12h**  
Antenne Sainte-Catherine



## INFORMATION IMPORTANTE

Aucune inscription ne sera prise par mail ou par téléphone !!!!

### ANIMATIONS

#### Journée famille

**Samedi 4 mars de 10h à 16h**

Atelier cuisine de 10h à 12h00

Repas partagé autour d'un spectacle par "Dimitri animation"

Public : famille, sur inscription, gratuit

Maison de quartier d'Hilard

#### Atelier cuisine ayurvédique

**Lundi 6 mars de 10h à 14h**

Public : adulte, sur inscription, Tarif : Vert

Maison de quartier d'Hilard



#### Journée espagnole

**Mercredi 8 mars**

Petit déj' espagnol de 9h à 10h30

Atelier cuisine tapas et goûter espagnol de 9h30 à 11h30

Apéro tapas et sangria de 12h à 13h30

Création d'éventails de 9h à 12h et de 13h30 à 16h30

Culture espagnole de 9h à 12h et 13h30 à 16h30

Goûter espagnol, démonstration et initiation au flamenco

à partir de 16h30

Public : tout public, accès libre, gratuit

Maison de quartier d'Hilard



#### Animations espace éco

**Lundi 20 mars de 10h à 12h : l'énergie**

**Lundi 27 mars de 10h à 12h : l'eau**

Public : adulte, sur inscription, gratuit

Maison de quartier d'Hilard



#### Au café partagé

**Jeudi 30 mars de 8h45 à 10h30**

Public : adulte, accès libre, gratuit

Maison de quartier d'Hilard



### ANIMATIONS FAMILLES

#### Un air de famille

**Les mercredis de 15h à 17h :**

Le 1<sup>er</sup> : Visite exposition au Manas

Le 15 : Badminton (6PAR4)

Le 22 : Jeux d'expression

Le 29 : Exposition "égalité garçons/filles"

Public : famille, accès libre, gratuit

Maison de quartier d'Hilard



### LE 6PAR4 FÊTE SES 15 ANS

#### Badminton

**Mercredi 15 mars de 14h30 à 15h30**

Public : tout public, accès libre, gratuit – Rdv sur place

**15h30-16h30 : famille**

Sur place au 6PAR4

#### Motricité (0-3 ans)

**Mardi 21 mars de 9h30 à 11h30**

Public : famille avec enfants de 0 à 3 ans, accès libre, gratuit

Sur place au 6PAR4

#### Tai chi

**Mardi 21 mars de 17h45 à 18h45**

Public : adulte, accès libre, gratuit

Sur place au 6PAR4



#### Yoga

**Mardi 21 mars de 19h à 20h et de 20h à 21h**

Prévoir un plaid + tapis de sol

Public : adulte, accès libre et gratuit

Sur place au 6PAR4

### PRÊTS DE LIVRES ET DE JEUX DE SOCIÉTÉ

Sur rendez-vous aux horaires de la maison de quartier

Tout public, gratuit

### MAISON DE QUARTIER D'HILARD

48 rue d'Hilard

02 53 74 15 60

[mq.hilard@laval.fr](mailto:mq.hilard@laval.fr)

[laval.fr](http://laval.fr)



## ANIMATIONS SPORT-SANTÉ – BIEN ÊTRE

### Randonnées

Réunion d'information séjour randonnée

**Vendredi 3 mars à 12h**

**Les lundis 6, 13 et 27 mars de 13h45 à 17h30**

**Les vendredis 3 et 17 mars de 9h à 12h**

**Vendredi 10 mars de 9h à 12h30** : balade sensorielle à Saint-Denis du Maine

Public : adulte, sur inscription et gratuit

Maison de quartier d'Hilard

### Multisports

**Mercredi 8 mars de 15h30 à 16h30**

**Mercredi 29 mars de 13h30 à 15h**

Public : adulte, sur inscription, gratuit

Rendez-vous au portail de l'école d'Hilard



## EXPOSITION DES ENFANTS DU CLAS PRIMAIRE

### Égalité garçons / filles

**Mercredi 29 mars à 15h**

Tout public, accès libre, gratuit

Hôtel de ville – départ à 14h30 de la maison de quartier d'Hilard

## ADOS

### Atelier RAP

**Mercredi 15 mars de 14h30 à 16h30**

Public : ados, accès libre, gratuit

Maison de quartier d'Hilard

## ANIMATIONS DU CALNO

### Vente de tickets de cinéma

**Lundi 6 mars de 18h à 19h**

Maison de quartier d'Hilard



### Scrabble

**Les lundis 6, 13, 20 et 27 mars de 13h45 à 17h**

Public : adulte, adhérent CALNO

Maison de quartier d'Hilard

### Loisirs créatifs "bricolage et papotage"

**Les mardis 7, 14, 21 et 28 mars de 14h à 17h**

Public : adulte, adhérent du CALNO

Maison de quartier d'Hilard

## TEMPS FORT

**Samedi 18 mars 2023**

# Soirée CABARET

**Et repas dansant**

Salle d'animation de la maison de quartier d'Hilard

**Animations**

- Spectacle de magie
- Hypnose
- Mentalisme
- Spectacle de danse
- Animations musicales

Places Limitées

Tarifs :  
Adulte 8€  
Enfant 4€

Inscriptions du 15 février 2023 au 8 mars 2023

## LECTURE

### Médiabus

**Les mardis 14 et 28 mars**

**De 15h15 à 16h15** : école d'Hilard

**De 16h45 à 18h** : Sainte-Catherine



**Les mercredis 8 et 22 mars**

**De 14h30 à 15h45** : maison de quartier d'Hilard

## ANIMATIONS JUNIOR ASSOCIATION

Une vente de chocolats est organisée par la junior association "Les jeunes d'Hilard".

Bon de commande disponible à la maison de quartier d'Hilard

ou en ligne : <https://asso.initiatives.fr/> - code d'accès TTVTIV



**ATTENTION NOUVELLE INFORMATION**  
Inscriptions pour les vacances d'avril : mardi 4 avril 2023  
de 17h à 19h !!!!

## MAISON DE QUARTIER D'HILARD

48 rue d'Hilard  
02 53 74 15 60  
mq.hilard@laval.fr

laval.fr    

